

# GEBEN SIE DER GRIPPE EINE ABFUHR – LASSEN SIE SICH IMPFEN!

## INFORMATION FÜR UNSERE PATIENTEN

Liebe Patientin, lieber Patient, mit Beginn der kalten Jahreszeit naht auch die Grippewelle. Den besten Schutz vor einer Erkrankung bietet die Impfung. Vor allem ältere, chronisch kranke und immungeschwächte Menschen sollten sich impfen lassen. Sie sind besonders gefährdet, sich mit dem Virus anzustecken.

### KEIN HARMLOSER GRIPPALER INFEKT

Erst läuft die Nase, der Hals schmerzt, Kopf und Glieder tun weh. Einen normalen grippalen Infekt kennt jeder. Eine „echte“ Grippe, die saisonale Influenza, zum Glück nicht. Zwar sind ihre Symptome ähnlich, die Erkrankung verläuft häufig aber schwerer: Schlagartig treten hohes Fieber, heftige Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen auf, lebensbedrohliche Komplikationen wie eine Lungenentzündung sind möglich. Fast jedes Jahr gibt es mehrere tausend Grippe-Tote in Deutschland.

### WICHTIGSTE SCHUTZMASSNAHME IST DIE IMPFUNG

Dass so viele Menschen an einer Grippe sterben, müsste nicht sein. Denn gegen die Influenzaviren gibt es eine Schutzimpfung. Die Ständige Impfkommission beim Robert Koch-Institut empfiehlt, sich vorzugsweise im Oktober oder November impfen zu lassen, um zu Beginn der Influenzawelle, die typischerweise erst nach dem Jahreswechsel auftritt, geschützt zu sein. Auch ein späterer Zeitpunkt ist möglich. Nach der Impfung dauert es etwa zwei Wochen, bis der Körper genügend Antikörper produziert hat, um gegen eine Influenzainfektion geschützt zu sein.

### IMPfstoff IST GUT VERTRÄGLICH

Der Grippeimpfstoff ist gut verträglich. Gelegentlich kann es nach einer Impfung zu Rötungen oder einer Schwellung an der Einstichstelle kommen. In seltenen Fällen treten

Symptome wie bei einer Erkältung auf, die in der Regel nach ein bis zwei Tagen abklingen. Sie sind ein positives Zeichen dafür, dass der Körper Abwehrkräfte mobilisiert.

### WER SICH IMPFEN LASSEN SOLLTE

Die STIKO empfiehlt die Influenzaimpfung insbesondere für Personen, die bei einer Infektion mit den Grippeviren ein erhöhtes Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf haben. Zu diesen Risikogruppen gehören:

- Personen über 60 Jahre
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einem Grundleiden (z.B. chronische Krankheiten der Atmungsorgane, Herz- oder Kreislaufkrankheiten, Leber- oder Nierenkrankheiten, Diabetes oder andere Stoffwechselkrankheiten)
- Personen mit schweren neurologischen Grundkrankheiten wie Multiple Sklerose
- Personen mit einem geschwächten Immunsystem (z.B. HIV)
- Schwangere
- Bewohner von Alters- oder Pflegeheimen

Außerdem sollten sich Menschen impfen lassen, die aus beruflichen Gründen viel Kontakt zu anderen Personen haben und sich dadurch schneller anstecken können. Dazu gehören medizinisches Personal sowie Menschen in Einrichtungen mit umfangreichem Publikumsverkehr.

Wenn Sie zu einer der Risikogruppen zählen, übernimmt Ihre Krankenkasse die Kosten für die Impfung. Erkundigen Sie sich am besten bei Ihrer Kasse. Einige gesetzliche Krankenkassen übernehmen die Kosten auch für Versicherte, die nicht zu den Risikogruppen gehören. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über die Impfung. Er berät Sie gerne.

Mit freundlichen Grüßen von Ihrem Praxisteam